BIOIDENTA

TEMPERATURMESSUNG

Patientenname _____ Erhebungsdatum _____

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,
die tägliche Messung Ihrer morgentlichen Aufwachtemperatur/Basaltemperatur ermöglicht einen Einblick in Ihre Schilddrüsenfunktion.

Diese erste Messung erfolgt morgens im Bett, unmittelbar nach dem Aufwachen:

1. Thermometer wurde bereits am Vortag/Vorabend heruntergeschlagen.
2. Gemessen wird mit einem einfachen analogen Thermometer (Ein Basalthermometer ist für diese Messung ebenfalls möglich und ist in jeder Apotheke erhältlich).
3. Bitte wählen Sie für die Messung entweder Achsel oder Mundhöhle (Es muss folgend an der gleichen Stelle gemessen werden!)
4. Die Messung soll mindestens 4 Minuten dauern.
5. Der abgelesene Wert wird in die Tabelle eingetragen.
6. Die Messung zu späteren Uhrzeiten sollte an mindestens 4 aufeinanderfolgenden Tagen durchgeführt werden.

Auch eine medikamentöse Einstellung mit Schilddrüsenhormonen kann mit dieser Methode sehr genau überprüft werden und bei der Dosisfindung unterstützen.

Datum	°C Aufwachtemp. morgens	°C gegen 11Uhr	°C gegen 16Uhr	°C vor dem Schlafengehen	Zyklustag

Arztstempel

BIOIDENTA

TEMPERATURMESSUNG

Patientenname _____ Erhebungsdatum _____

Datum	°C Aufwachtemp. morgens	°C gegen 11Uhr	°C gegen 16Uhr	°C vor dem Schlafengehen	Zyklustag